

Checkliste zur Prüfung der Lebenssituation im Alter

Autorin: Dr. Marie-Therese Krings-Heckemeier, empirica

1. Familiäre Situation

- Gibt es Familienangehörige in der Nähe? Wie alt und wie gesund sind diese?
- Gibt es Familienangehörige, auf die Sie sich im Fall zunehmender Hilfsbedürftigkeit verlassen können (persönliche Hilfe, Hilfe organisieren etc.)?
- Gilt die familiäre Unterstützung auch im Pflegefall?
- Ist die familiäre Unterstützung mit einem Umzug verbunden (Wer muss umziehen? Wie lässt sich das organisieren? etc.)?
- Lässt sich die familiäre Unterstützung in getrennten Wohnungen organisieren oder ist das Zusammenleben in einer gemeinsamen Wohnung notwendig?

2. Freundeskreis

- Haben Sie vertraute Freunde und Freundinnen? Wo leben diese? Wie alt und wie gesund sind sie?
- Gibt es Freunde und Freundinnen, auf die Sie sich im Fall zunehmender Hilfsbedürftigkeit verlassen können (persönliche Hilfe, Hilfe organisieren etc.)?
- Gilt die Unterstützung durch Freunde und Freundinnen auch im Pflegefall?
- Ist die Unterstützung durch Freunde und Freundinnen mit einem Umzug verbunden (Wer muss umziehen? Wie lässt sich das organisieren? etc.)?
- Lässt sich die Unterstützung durch Freunde und Freundinnen in getrennten Wohnungen organisieren oder ist das Zusammenleben in einer gemeinsamen Wohnung notwendig?

3. Nachbarschaftliche Situation

- Gibt es nachbarschaftliche Hilfe? Inwieweit ist nachbarschaftliche Hilfe möglich, z.B. im Fall regelmäßiger Hilfeleistungen? Können Sie sich auch im Pflegefall auf die Nachbarn verlassen (z.B. Körperpflege)?

4. Wohnung und Wohnumfeld

- Ist Ihre Wohnung auch für den Fall zunehmender Hilfsbedürftigkeit geeignet? Inwieweit müsste ein Umbau durchgeführt werden?
- Kann man sich in Ihrem Wohnumfeld auch bei eingeschränkter Mobilität selbstständig bewegen?
- Ist die Versorgung für den täglichen Bedarf in der Nachbarschaft vorhanden?

5. Rahmenbedingungen im Fall der Hilfs- und Pflegebedürftigkeit

- Haben Sie ausreichende Informationen über Pflegegrade und Leistungen der Pflegekassen?
- Kennen Sie die Kosten, die im Falle eines Heimaufenthaltes die Pflegekasse übernimmt, und den Teil, den Sie selbst zahlen müssen?

6. Wohnformen im Alter

- Kennen Sie die Alternativen, die sich zum Wohnenbleiben anbieten?
- Haben Sie einen Überblick über Preise der verschiedenen Wohneinrichtungen in Kombination mit ambulanter Pflege?
- Kennen Sie die Vor- und Nachteile der verschiedenen Wohnformen im Alter?

7. Finanzielles Budget für Wohnen und ergänzende Dienstleistungen bis hin zur Pflege

- Wie hoch ist Ihr monatliches Budget?
- Haben Sie Reserven für den „Notfall“ (z.B. Pflegebedürftigkeit)?
- Kann die Lücke, die sich bei einem Aufenthalt in einem Pflegeheim ergibt (Differenz zwischen Kosten und dem Anteil, den die Pflegekasse übernimmt), persönlich geschlossen werden oder müssen Sie in dem Fall auf Sozialhilfe zurückgreifen?